

ADOLESCENCIA

Años de crisis para los padres

La época de la adolescencia de los hijos suele ser también época de crisis para los padres. De hecho, ocurre con frecuencia que ellos evolucionan y sufren más cambios que los de sus propios hijos. Veamos.

1.—En primer lugar, los padres recuerdan sus propias experiencias de adolescentes. Evocan los riesgos, la confusión, las indecisiones, los angustiosos errores. Probablemente recuerdan mejor lo malo que lo bueno. Por eso su primer síntoma es la ansiedad ante la posibilidad de que los hijos sufran idénticas experiencias.

2.—Los padres sienten una sensación de pérdida a medida que los chicos se confían más a la pandilla para divertirse, para trabajar, e..., incluso para buscar consejo: el pájaro vuela solo fuera del nido.

3.—Una sensación de irritación empieza a subirles por el estómago, cuando sus puntos de vista y su escala de valores son tirados por la borda; ¡Cómo echan de menos aquella época en que los niños aceptaban todo! «Mamá y papá siempre tienen razón» ¡Buena música para oídos paternos!

4.—De vez en cuando, los padres tienen que repensar sus propios valores. A veces han inculcado ideas en las que no creían del todo. Por ejemplo, no es lo

La adolescencia es uno de los períodos críticos de la vida. Son los años difíciles. Pero la raíz de la dificultad ¿está sólo en el adolescente? ¿no tendrá también algo que ver la crisis de los padres?

PM. ESCUELA DE PADRES

mismo proclamar la libertad de los hijos para elegir su vida y su profesión, que enfrentarse con el hecho de que abandonen a los quince años los estudios para empezar a trabajar en un taller de coches.

A veces los valores que se inculcan a los niños vuelven después como un «bumerang».

5.—Algunos padres sienten, además, su «resquemorcillo» por las oportunidades y la libertad de que hoy gozan los adolescentes, comparadas con sus estrecheces y rigores.

Y eso, a pesar de que hoy los jóvenes se encuentran con situaciones insospechadas hace media generación. No es buen camino intentar superar la impotencia con medidas drásticas, reglas rígidas y restricciones.

6.—Con frecuencia los padres se encuentran en la crisis de la

«media edad». Mientras los hijos llegan a la adolescencia, ellos empiezan a pasar el ecuador de la vida.

Su ciclo afectivo empieza a declinar justamente en el momento en el que sus hijos descubren que existe. La dirección opuesta de los ciclos hace la comprensión mutua difícil.

TACTICAS DE SUPERVIVENCIA

La adolescencia es, pues, una época de crisis no sólo para los hijos, sino también para los padres. Muchos sobreviven, sin embargo, a ese período y recobran la feliz tranquilidad antigua. ¿Cómo conseguirlo? He aquí algunas tácticas empleadas ya por algunos que tuvieron éxito en la empresa.

Buscar la mayor cantidad posible de información y conocimiento. Artículos, libros, conferencias, grupos de escuelas de padres, etc. Leer todo lo que se pueda. Olfatear lo nuevo que aparezca. Hablar con otros padres.

Aprender a soltar las amarras a tiempo. El adolescente necesita ir siendo libre, entrando en la vida adulta; no puede ser tratado como un niño. Dígale qué hay que hacer y déjelo. Nunca haga por él, lo que él puede hacer solo.

Soltar amarras quiere decir también respetar su intimidad, su correo, sus conversaciones telefónicas, su habitación.

Cuanto más confíe en su hijo y le respete, más confiará y le respetará él a Vd.

Sentirse a gusto con la propia autoridad. Uno ha adquirido experiencia con los años. Puede ofrecer a los adolescentes una estructura y unas reglas, pero debe permitirles que intervengan también ellos en el «cotarro». Un pequeño consejo familiar, de vez en cuando, que permita a los chicos participar en las decisiones.

Examinar las actitudes hacia ellos. Olvide Vd. todos los temores que siente por los peligros a que están expuestos los jóvenes y contemple a su hijo como una persona individual, real, joven... y que, en muchos aspectos, se parece a Vd.

Afrontar los temas difíciles. Hay que hablar con los adolescentes del sexo. La educación sexual debe empezar desde muy niños. La casa es un sitio mucho mejor que la escuela para hacerlo y muchísimo mejor que la calle. Con frecuencia los adolescentes están mal informados y confundidos con respecto a los cambios y a las funciones de su propio cuerpo.

Recordar la propia adolescencia. Admitir que Vd. necesitó también contestar algunas preguntas sobre su propio desarrollo, puede dar fuerza a los adolescentes para hablar y manifestar sus propios problemas. Escuche sin tener que decir la última palabra en todo. Anime a preguntar cosas.

Mantener el sentido del humor. Si Vd. y su hijo son capaces de buscar el lado bueno de las cosas, aunque sea en los peores momentos, la crisis estará entrando en buen camino, las perspectivas son halagüeñas.



ACTIVIDADES PM



CASOS

Este artículo ofrece un enfoque nuevo, un punto de vista distinto desde el que enfrentarse con un problema muy viejo. Representa el complemento necesario a los dos artículos de Fernando S. Toscano, publicados en los dos números anteriores en esta sección, sobre la psicología de la adolescencia. Aquéllos ofrecían un estudio técnico, éste un aspecto parcial, pero real y práctico de la vida: el conjunto nos sitúa ante la totalidad del problema tal como se presenta.

El estudio y análisis de un caso puede ser la técnica más eficaz para sacar provecho de toda información.

El planteamiento del problema en la familia, utilizando como caso la situación de algún hijo en edad adolescente, es posible, pero hay que conseguir a base de disciplina, un cierto distanciamiento que no enturbie el análisis.

El trabajo en grupo resulta más rico. Habrá que comenzar por seleccionar el caso más idóneo entre los que los miembros del grupo propongan, para desmenuzarlo después a la luz de los datos que la psicología evolutiva aporta. No hay que olvidar en ningún momento que la parte más importante del estudio de casos consiste en la elaboración de una estrategia que sirva para superar la situación o al menos para enfrentarse con ella con las mejores posibilidades de éxito.